de Lotusvijver

herfst 2006
jaargang 12
nummer 3
prijs: € 4

Fok jou met je zen!

NBA
NEDERLANDS BOEDDHISTISCH ARCHIEF

Colofon

De Lotusvijver is een onafhankelijk kwartaalblad en een podium voor beoefenaars van zenmeditatie.
De nadruk ligt op persoonlijke ervaring en de integratie van zen en het dagelijks leven.

Website
www.lotusvijver.net

Herfst 2006
12e jaargang, nummer 3

Redactie
Karin Kuipers, Kees Moerbeek en Jelle Seidel

Adviseur
Kees van de Bunt

Vormgeving
Sjoerd Timmermans

Medewerkers aan dit nummer
Medewerkers (tekst en foto's): Kees van de Bunt, Dirk Beemster, Genpo Roshi, Pauline Hunfeld, Corrie Koppedraijer, Trui Oudshoorn, Jacqueline Rigter

Voorpagina
Tekening van Sylvia Weve uit *Sneeuwwitje en de zeven krakers* (1988), Uitgeverij De Harmonie (Amsterdam)

Redactieadres
Ieplaan 21
2565 LC Den Haag
Tel. 070-3635909
Email: redactie@lotusvijver.net
Website: www.lotusvijver.net

Abonnementen
Abonnees betalen minimaal € 14 per kalenderjaar door overmaking van dit bedrag op girorekening 6863410 t.n.v. de Lotusvijver in Den Haag. Bij overboekingen vanuit buitenland, vermeld: IBAN NL35 PSTB 0006 8634 10 en BIC PSTBNL21.
Opzeggingen vóór 1 december.

Advertenties
Adverteerders worden verzocht contact op te nemen met de redactie. Kosten € 15 per halve pagina.

Kopij
De sluitingsdatum voor kopij (bij voorkeur aanleveren via email of op diskette) voor het zomer nummer is 1 december 2006
De redactie behoudt zich het recht voor advertenties, ongevraagd ingezonden artikelen en mededelingen zonder opgave van redenen te weigeren.

De artikelen in de Lotusvijver geven niet noodzakelijkerwijs het standpunt van de redactie weer.

SAMSARAVARIA

Mediteren op school

Aanhangers van de hindoeïstische leraar Maharishi Mahesh Yogi runnen in Lelystad al twintig jaar een Vedische basisschool. Elke schooldag begint *De Fontein* met tien minuten transcendente meditatie. Meditatie behoort standaard tot het lesprogramma. Het is een techniek om 'bij jezelf te komen'. Kinderen worden er naar verluidt vriendelijker van en rustiger, hun geest wordt ruimer en er wordt minder gepest. Voor de allerkleinsten heet mediteren 'het woordje'. Het is een geheim woordje, zoals 'boom' of 'tuin', dat alleen zij kennen en in stilte herhalen.

(NRC Handelsblad, 21 juli 2006)

Doet Joris Luyendijk aan zen?

De presentator van het VPRO-programma Zomergasten 2006, de in bepaalde kringen snel wereldberoemd geworden Joris Luyendijk, schreef in zijn weblog iets over de Boeddha en zen. Wij, van de boeddhistische media, zijn er dan als de kippen bij om hem bij de onzen in te lijven. Maar is dat terecht? Hij schreef over de enige overeenkomst tussen hem en de Boeddha: zijn buikje. Verder denkt hij weinig gemeen te hebben met de Boeddha. Maar hij wandelt vóór een uitzending wel in het park om de Boeddha te vinden.

Het blijft gissen. De aangewezen methode lijkt de methode Luyendijk: gewoon vragen.

(Volkskrantblog 31 juli 2006)

Je gezonde kern

De redactie krijgt veel boeken aangeboden. We kunnen ze niet allemaal uitvoerig bespreken.

In 254 bladzijden behandelt de beroemde Trungpa Rinpoche de (mogelijke) verbanden tussen boeddhisme en westerse psychologie. Beetje riskante onderneming, lijkt ons. Soms staat er zelfs 'het' boeddhisme en 'de' westerse psychologie. En wat is nu die gezonde kern? 'Gezondheid komt eerst, ziekte is secundair. Gezondheid is er. Gezond zijn betekent dus fundamenteel heel zijn, met je lichaam en geest gesynchroniseerd in een staat van zijn die onvernietigbaar en goed is.'

Chögram Trungpa, *Je gezonde kern; een boeddhistische benadering van psychologie,* Kampen, Ten Have, 2006

Boeddha in de polder

Dit boek wil onder meer een beeld schetsen van de situatie van het boeddhisme in Nederland . Dat gaat via uitgebreide interviews met prominente boeddhisten: Nico Tydeman, Rob Janssen, Jotika Hermsen, Fenja Heupers, Ton Lathouwers. Ook hun visie op de toekomstige ontwikkeling komt aan bod.

De Lotusvijver zoekt naar overeenkomsten van en verschillen tussen zenscholen in Nederland. Dit boek helpt bij de beeldvorming, maar daar blijft het bij.

Yashobodhi, *Boeddha in de polder,* Kampen, Ten Have, 2006

Thema winternummer

Het winternummer gaat over zen en werk. Daarover kan – zeker bij een aantrekkende economie – iedereen meepraten. Schrijf daarvan eens wat op! Deadline 1 december 2006.

REDACTIONEEL

'Als iemand in volle overtuiging zit zoals de Boeddha deed, al is het maar voor een moment, dan ontwaken alle levende wezens.' Aldus vrij vertaald Ehei Dogen (13e eeuw), één van de belangrijkste zenmeesters ooit.

Een fraai gegeven! Je zou verwachten dat zitten om deze heilzame werking alom gewaardeerd wordt, ook door niet-zitters. Beoefenaars van zazen brengen tenslotte blije en zonnige gezichten onder de mensen: 'Wie goed doet, goed ontmoet!'

Maar is dat wel zo? Hoon is soms ons deel. 'Pappie doet weer zo gek met zijn kussentje.' 'Blij en zonnig? Je lijkt wel een gereformeerde ouderling!' En: 'Jij en mededogen, laat me niet lachen!'

Een groot gedeelte van deze Lotusvijver is gewijd aan de spiegel die onze naasten ons voorhouden over ons gemediteer. Hoe daarmee om te gaan? De bijdragen over dit thema zijn divers. Wij zijn blij en trots te kunnen aankondigen dat ook Genpo Roshi, zenmeester uit Salt Lake City, persoonlijk antwoord geeft op deze vraag. In 'Daar zit ik mee' geeft Tenkei Roshi zijn antwoord.

Maar er is meer: verslagen van bezoeken aan Parijs en Uithuizen, de boekenrubriek, ga maar door. Wij wensen jullie veel leesplezier toe. En het vermogen het eigen 'zitten' te relativeren. Hoe belangrijk het ook is.

☞ De kwoot van het kwartaal ☜

'Wie met zen stopt is te vroeg opgehouden '

(bron onbekend)

EEN BEETJE RESPECT, POTVERDORIE!

INTERVIEW MET GENPO ROSHI

Het thema van het herfstnummer is 'Fok jou met je zen!', over spanningen tussen partners, vrienden en gezinsleden die zen beoefenen – en partners, vrienden en gezinsleden die dat niet doen. De Lotusvijver stelde hierover enige vragen aan Genpo Roshi, leider van de Kanzeon Sangha in Salt Lake City, die in januari 2007 voor de jaarlijkse *Big Mind Gathering* naar Ameland komt.

Stephanie

Wat is uw eigen ervaring met deze spanningen?
Toen Stephanie, met wie ik nu getrouwd ben, in 1995 op het zentoneel verscheen als mijn verloofde, merkte ik dat veel van mijn ouderejaarsstudenten afgunstig waren. Dat maakte het voor haar heel moeilijk om aan de oefening te blijven deelnemen. Als ze naar de zendo kwam, vroegen mensen haar waarom ze zich als een prima donna gedroeg of waarom ze niet alle perioden hoefde mee te zitten. Was ze zo bijzonder dat ze alleen maar de dharmatalks hoefde bij te wonen en een enkele zitperiode? Mensen vielen haar aan, zelfs midden in het vraag- en antwoordspel van een dharmales. Ze werd ook als persoon afgewezen en op de kop gezeten door de oudgedienden. Dit veroorzaakte geweldige spanningen tussen haar en mij.

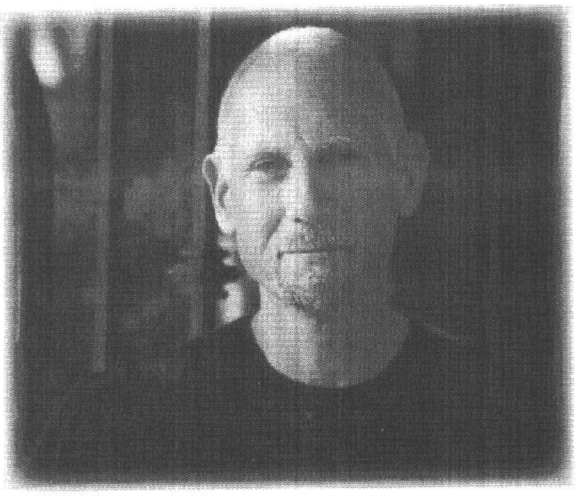
Daar kwam bij dat ik me zenmeester voelde als ik van *daisan* of *teisho* terugkwam, en me niet gedroeg als een geïntegreerd, spontaan menselijk wezen. Met andere woorden: ik gedroeg me onpersoonlijk, op afstand. Op die momenten vond ze het heel moeilijk om met me om te gaan en moest ik soms twintig of dertig minuten zitten na een toespraak of daisan om weer af te koelen. Daarna kon ik de kamer binnenkomen als normaal mens, niet als zenmeester.

Werkbare oplossingen
We hebben hier verschillende oplossingen voor gevonden. Om te beginnen kwam ze niet meer bij mijn toespraken, en vertoonde zich vrijwel niet meer in de zendo, behalve voor bijzondere gelegenheden. Wanneer iemand monnik werd, of *Shiho* kreeg bijvoorbeeld. Aan de andere kant kreeg ze een belangrijke rol te spelen en werd bestuurder van het Zencentrum, met een onafhankelijke blik. Ze vervulde functies in het Centrum zonder een 'zenstudent' te zijn, zoals adjunct-directeur en algemeen directeur. Ze maakt de roosters – van dagrooster tot jaarschema, en bepaalt wie er les geeft en wie niet, wie daisan geeft en wanneer ik *dokusan* geef. Ze heeft ook lange tijd onze Nieuwsbrief verzorgd en ze regelt de jaarlijkse Zen Kunst- en Cultuurmaand. En ze gaat over mijn agenda. Ik merkte dat dit veel ruzie voorkwam. Zo kon ik overal zijn waar ik moest zijn, want zij was degene die het geregeld had. Dit vereiste veel vertrouwen – ik moest erop vertrouwen dat ze het goed zou doen. Zij moest zichzelf vertrouwen dat wat ze deed, ook werkelijk zou kloppen. Door de jaren heen is ze steeds meer verantwoordelijkheid gaan nemen. Ik merk dat ze me aanmoedigt om veel van huis te zijn, in plaats van zich daartegen te verzetten.

De invloed van Stephanie
Steph heeft een geweldige invloed gehad, en ze heeft alles te maken met mijn aanpak als leraar, en ook met de vraag hoe zenboeddhisme vorm krijgt in Amerika en Europa. Vanaf het eerste begin, elf jaar geleden, wilde ze weten waarom zen niet toegankelijk was voor het hele gezin,

en alleen maar voor de beoefenaars zelf. Dus zijn we begonnen de kinderen toe te laten, en evenementen te organiseren voor de hele familie, niet alleen voor de zenstudent. Ook maakten we de overgang van kloostertraining naar gemeenschapstraining. Hierdoor hebben we nu tussen de 100 en 150 toehoorders bij een zondagmorgentoespraak, en 60 tot 100 mensen in een introductiecursus.

Ook heeft ze zich intensief beziggehouden met het Big Mind werk. We deden Voice Dialogue en op haar verzoek gingen we met stemmen spreken waar je zo gauw niet aan zou denken, zoals de stem van de hersenstam. Zo kwamen we in contact met stemmen en aspecten van lichaam en geest die we meestal over het hoofd zien. Toen we pas bij elkaar waren, deden we samen veel Voice Dialogue. Zo konden we uiting geven aan onze woede, jaloezie en zo meer. Want als je in zo'n stem bent, kun je vrijuit spreken en de luisteraar weet dat maar een deel van de hele persoon aan het woord is. Het is alleen die stem, meer niet. Dit was zeer vruchtbare arbeid, en het leidde rechtstreeks naar wat we zijn gaan noemen het 'Big Mind / Big Heart Process.'



Big Mind / Big Heart

Vanaf 1994 ben ik op zoek geweest naar een manier om *kenshō*, dat wil zeggen de verlichtingservaring, te bewerkstelligen op een directe, zeer snelle manier. Want met de oude manier van werken

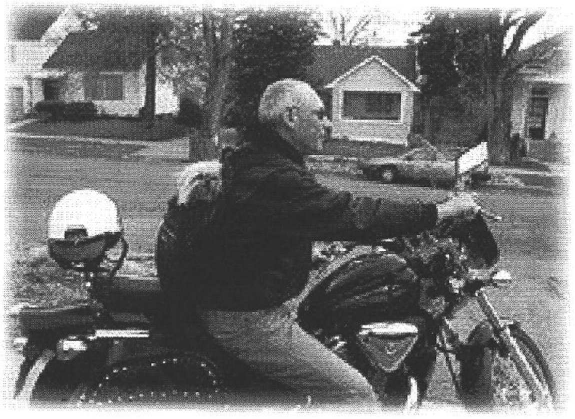
ZEN RIVER

Internationaal Centrum voor Zenboeddhisme
gelegen aan de Groningse Waddenkust
o.l.v. Tenkei Coppens Roshi

Zen River, Oldörpsterweg 1, 9981 NL Uithuizen.
Tel: 0595 435039 Fax: 0595 435071 email: zenriver@zenriver.nl web: www.zenriver.nl

was ik niet meer tevreden. Mensen konden jaren zitten voor ze een duidelijke kensho-ervaring hadden – jaren! Nu is die toestand bereikbaar binnen het uur, voor iedereen.

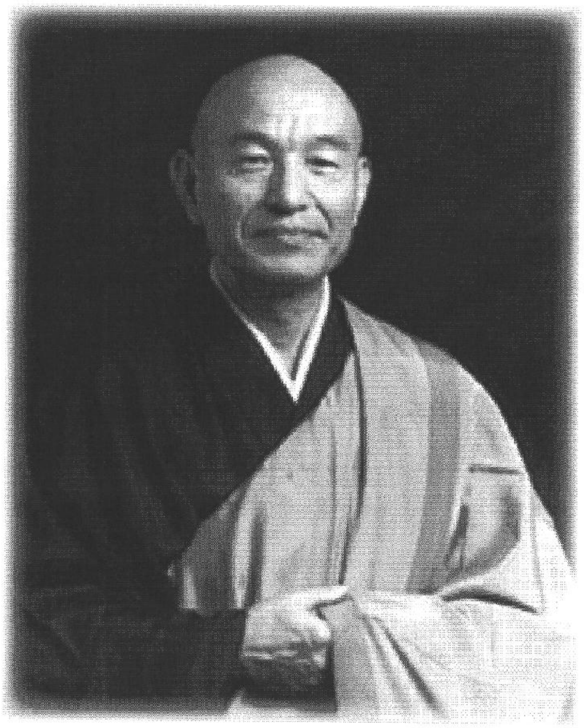
Gisterenavond nog spraken we met drie stemmen in het zencentrum dat ik bezocht. Iedereen in de zaal, de meesten hadden nog nooit Big Mind gedaan, kreeg het te pakken. De drie stemmen waren het *zelf*, het *niet-zelf* en de stem die deze beide overstijgt en omvat. Denk aan een driehoek, de hoek linksonder is het zelf, de hoek rechtsonder is het niet-zelf. Eerst vroeg ik met het zelf te mogen spreken, en iedereen sprak als het zelf. Toen vroeg ik of ik met het niet-zelf mocht spreken. Iedereen was meteen in de stem van niet-zelf, *no mind*, oftewel Big Mind. Toen vroeg ik te mogen spreken met het derde punt van de driehoek. Dit is de stem die het zelf en het niet-zelf omarmt en omvat, en toch ook overstijgt, hen beide ver voorbijgaat. Omvatten en er toch niet aan vastzitten. Wij noemen dat het 'Onnavolgbare Zelf'. Dus toen ik vroeg om met het Onnavolgbare Zelf te spreken, zag iedereen dat-ie perfect was, compleet en heel, niets te kort kwam, dat er niets te zoeken was, en er niets anders te doen was dan houthakken, water halen, thee drinken en de afwas. Het ging heel diep terwijl het voor meer dan de helft van de zestig aanwezigen de allereerste kennismaking was met Big Mind en zen. En dat alles ook nog binnen een uur!



Wat mijn kinderen moesten meemaken

Laat me iets vertellen over wat mijn kinderen moesten meemaken, met een zenleraar en uiteindelijk een zenmeester als vader.

Mijn zoon is geboren in oktober 1982, vlak nadat ik terugkwam van mijn eerste reis door Europa in augustus en september 1982. Op die manier maakte ik een groot deel van zijn leven niet mee. Ik was in Europa en op veel plaatsen in de Verenigde Staten, ik onderwees de Dharma en stond voor hem niet klaar. Sterker nog, nadat we naar Nederland waren verhuisd en vervolgens per trein, auto en autobus naar Engeland waren vertrokken en zijn moeder in september 1984 besloten had naar Amerika terug te gaan, zag ik mijn zoon pas in april van het jaar daarop. Dit kon gebeuren omdat ik me meer met de Dharma bezighield dan met mijn gezin.



Maezumi Roshi

Mijn laatste woordenwisseling met mijn leraar ging over dit onderwerp. Dat was tien jaar later, in maart 1995. Hij zei tegen me: 'gezin is geen Dharma'. Ik was het niet met hem eens, hoe kon hij zo'n schandelijke uitspraak doen? De laatste elf of twaalf jaar heb ik er alles aan gedaan om gezin en Dharma gelijk te behandelen en onder één noemer te brengen.

Mijn dochter werd vier jaar na mijn zoon geboren, eind juli 1986. Ik moest haar achterlaten toen ze anderhalve maand oud was, omdat mijn leraar mij had opgedragen zes weken naar Japan te gaan. Daar moest ik een speciale sesshin doen,

een *Tokubetsu* sesshin, bestemd voor zenleraren zowel uit Japan als uit het Westen. Roshi stond erop dat ik meedeed om de bevoegdheid te verwerven van *Dendokyoshi*, een volledig erkende leraar en priester binnen Soto Zen. Ik moest dus mijn dochter zes weken lang achterlaten, maar dit maakte voor Roshi geen enkel verschil.
Mijn kinderen leerden zitten, werden daarmee opgevoed. Allebei hielden ze daarmee op toen ze acht jaar werden. Geen van beiden is weer met zitten begonnen. Beiden begrijpen zen van binnenuit, heel wat beter dan veel zenstudenten, maar toch hebben ze een hekel aan de oefen¬praktijk, juist vanwege de harteloze behandeling van het gezin en de vrouw, als tweederangs burgers.

Zen in het Westen

Ik herhaal, als we willen dat de Dharma wortel schiet in het Westen, zullen we kinderen, echtgenoten, partners, familie en vrienden er meer bij moeten betrekken. Met het mannenklooster als ideaal zal zen in het Westen niet kunnen opbloeien. Wél als er hier en daar een paar kloosters zijn voor hen die zo willen oefenen, waarvan ik overigens een voorstander ben en waarin ik in geloof; maar de meeste mensen zullen hun heil buiten de muren van het klooster moeten zoeken. Big Mind breekt deze muren af en zal doordringen tot in alle geledingen van onze Westerse cultuur en maatschappij, ook al omdat het niet boeddhistisch is.

Welke stem in Big Mind houdt zich bezig met 'Fok jou'? De Scepticus?
Dat is de stem van 'Fuck your Zen!' Het zou ook de Scepticus kunnen zijn, of Woede, of zelfs Razernij. Of de stem van Jaloezie, of Afgunst. Ik zou iemand vragen (maar niet aan mijn vrouw): 'Mag ik spreken met de stem van *Fuck your Zen*? En laat het allemaal maar naar buiten komen terwijl je spreekt met die stem. En zie dat het goed is hieraan uiting te geven, om boos te zijn, of vertwijfeld, of wat je ook maar voelt.'

Wat moet een zenstudent doen als partners, vrienden en familie zich tegen hem of haar teweer stellen, direct of via de stemmen die zij belichamen?
Toon 's een beetje respect, potverdorie! Laat ze niet denken dat ze minder zijn omdat ze zich niks van jouw oefenpraktijk aantrekken. En ga door met oefenen. Ze hebben helemaal gelijk, ze zijn perfect, compleet en heel, precies zoals ze zijn. Zij hoeven niet aan zen te doen; wij, die dat wel doen, hebben dat ook nodig. Wij moeten ons best doen daar te komen waar zij al zijn, waar we niet langer meer hoeven te trainen, en we doen zazen omdat we ervan houden, zonder er zo gruwelijk hooghartig over te doen.
Weet je wat ik dacht toen ik Stephanie voor het eerst ontmoette, want ze was zo nieuw in de zenpraktijk en twintig jaar jonger, en ik was al vijfentwintig jaar bezig. Ik dacht, uiteraard, als je er in een rechte lijn naar kijkt, dat ik op haar

vóór lag in de oefening, dat ik haar heel wat te leren en te bieden had. Dat was knap arrogant en verwaand.

Een cirkel, geen rechte lijn

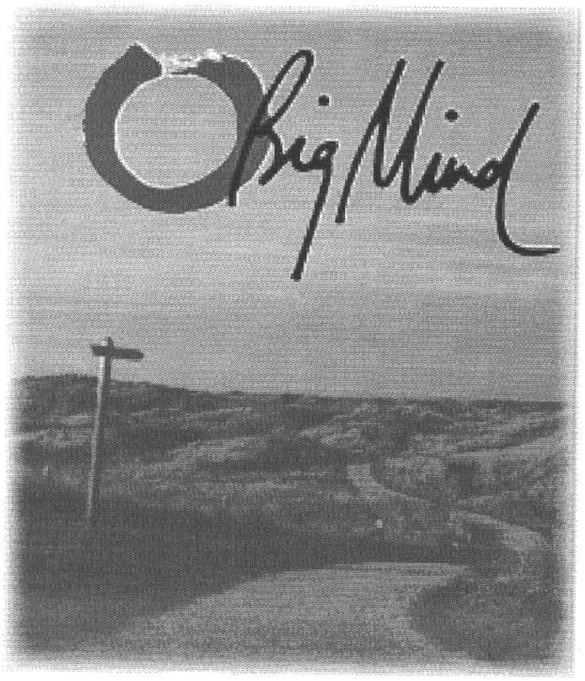
Maar ik ontdekte dat het een cirkel was, geen rechte lijn. En dat, als we de cirkel in zijn geheel zien, ik niet vóór was op haar, maar zij drie keer zover vóór was op mij. Dat ik in mijn oefening bezig was terug te keren naar mijn natuurlijke en gewone zelf, wat zij al was. Dit betekent het omvatten en insluiten van al die dingen waarvan ik dacht dat ik ze moest overstijgen. Met andere woorden, ik had gedacht dat mijn oefening bestond uit het overstijgen van het zelf om zodoende een niet-zelf te worden. Ik was daarin vast komen te zitten en ik heb daar vastgezeten tot juni 1994. Ik begon afspraakjes met Steph te maken in begin januari 1995. 'Berg is berg, berg is niet langer berg, berg is weer berg', zoals in deze oude wijsheid staat. Ik ontdekte dat ik al die dingen weer naar binnen moest halen die ik had losgelaten, zoals begoocheling, dualistisch denken, woede, angst, afgunst, humor, geluk, vreugde, onwetendheid, en oordeel. Dit alles moest ik weer in mijn persoon en leven toelaten, en zij was degene die mij leerde om werkelijk gelukkig en vol vreugde te zijn.

Waarom zouden partners, vrienden en familieleden die geen zen beoefenen, naar de Big Mind Bijeenkomst op Ameland moeten toegaan?

Omdat ze het prachtig zullen vinden! Het is zo verfrissend, zo vol van leven, en maakt dat je kunt zien hoe uniek, compleet en volmaakt je bent: daarvoor hoef je geen zenstudent te zijn. Je hoeft geen nieuwe etiketten op jezelf te plakken, zoals 'ik ben een monnik,' of 'ik ben een boeddhist.' Zelfs niet 'ik ben een zenstudent'!

Onder de zestig mensen in de workshop die ik nu aan het leiden ben, zijn veel echtgenoten en kinderen en soms ook ouders van de zen-deelnemers. Heel veel gezinnen, partners, kinderen en ouders komen naar de Big Mind workshops toe. Nog nooit ben ik iemand tegengekomen, die het niet prachtig vond en zich prima vermaakte.

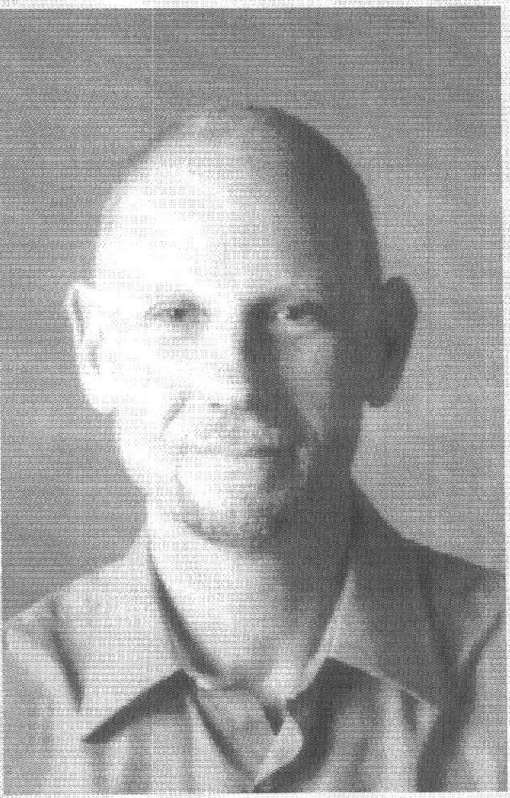
Interview: *Karin Kuipers* en *Jelle Seidel*
Vertaling: *Kees van de Bunt* en *Trui Oudshoorn*



GREAT SANGHA GATHERING

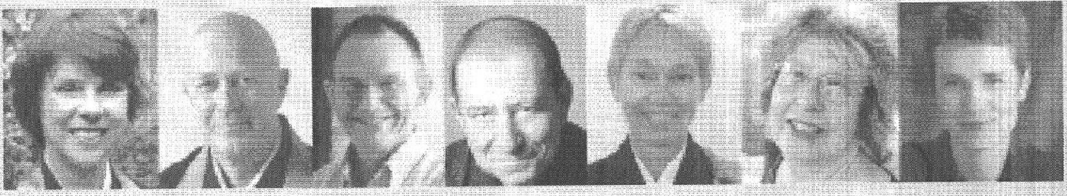
led by Genpo Merzel Roshi

JANUARY 16 - 25, 2007
AMELAND, THE NETHERLANDS



This exciting annual event presents the Big Mind process within the context of Zen practice and serves as a gathering for practitioners from around the world. The daily schedule includes Zen meditation in the morning, Big Mind sessions with Genpo Merzel Roshi in the afternoon, Zen meditation and group events in the evening. Genpo Roshi will be assisted by his successors Genno Roshi (France), Tenkei Roshi & Nico Sensei (Holland), Doen Sensei (USA), Jiho Sensei (Poland), Genshin Sensei (UK), & Musho Sensei (USA). Newcomers are very welcome to join and will receive special attention. The retreat will take place at "Stayokay" hostel on the Island of Ameland off the northern coast of Holland.

For more information about this special event, please contact Zen River at ☎+31 (0)595-435039, ✉bigmind@xs4all.nl



Oordelen over zen

Toen ik net begon met zen vond ik het machtig interessant. Het is toch een beetje een aparte hobby. Maar na de nodige negatieve reacties doe ik zo interessant niet meer. Tegenwoordig loop ik er niet meer mee te koop. Terecht of niet, een feit is wel dat mijn zus niet aanwezig was bij mijn jukai-ceremonie. 'Al die onzin en al dat moeilijk gedoe waar je mee bezig bent.' Daar wilde ze niets mee te maken hebben. Een beetje kortzichtig, maar wat doe je eraan. En sinds ik op mijn werk heb verteld dat ik aan zen doe, ben ik duidelijk in een hokje gestopt. Ik ben alternatief, zoals ze dat noemen, en vooral zweverig. Als ik het kan vermijden begin ik er niet meer over. Ik doe aan zen, maar houd het stil.

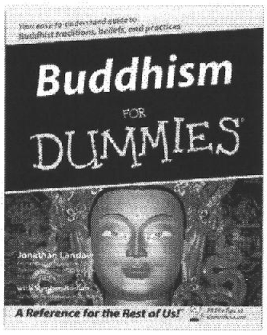
Het lijkt erop dat mensen die niets met zen van doen hebben veel beter weten hoe het zit. Een beetje vreemd zou je denken, maar dat hebben ze zelf niet in de gaten. Mijn moeder is één van die mensen. Een aantal uitspraken van haar: *Boeddhisme is voor depressieve mensen. En: Het is maar goed dat ik iets van het boeddhisme afweet, anders zou ik denken dat je je bij een sekte had aangesloten.* Zij was vroeger bij de Gereformeerde Kerk. Is dat dan zoveel normaler? 'Als je maar gelukkig wordt,' zei mijn moeder na mijn jukai-ceremonie. *Ja mam, dat word ik, dat ben ik al, geluk is mijn naam (Sukha).* Ik kan me de blik in de ogen van mijn ouders tijdens de ceremonie goed herinneren; een blik van verbijstering. En ik dacht dat ik ze een plezier deed met de ceremonie. Het leek me vooral leuk voor ze dat ik, hun dochter, een buiging voor hen zou maken en op die manier mijn dankbaarheid voor hen zou tonen. Een naïeve gedachte: het kwam helemaal niet aan.

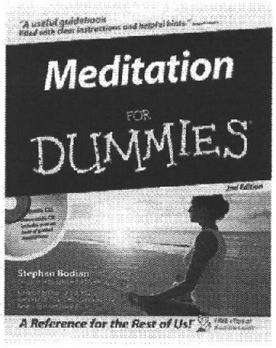
Ook voel ik me er ongemakkelijk onder als iemand doorvraagt over zen en ik begin te bazelen over leraren en zengroepen. Wat ik uitkraam klinkt inderdaad alsof ik bij een sekte ben. En blijkbaar vind ik het belangrijk om dat te voorkomen. Van de vraag 'waarom doe je aan zen?' word ik ook nogal nerveus. 'Ik zou het niet weten' is voor een buitenstaander natuurlijk een raar antwoord en over Verlichting of Big Mind begin ik al helemaal niet. Hoe leg je uit, wat niet uit te leggen valt? Dat is lastig. Een wijze man gaf me het advies de titel van een zen-boek te noemen. Dat lijkt me een heel goede tip.

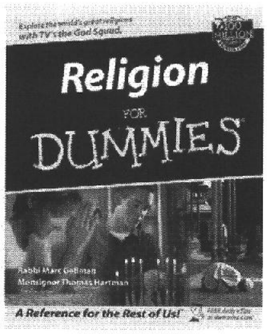
Onlangs betrapte ik mezelf op een enorm oordeel over mensen die, net als ik, zoekende zijn. Dat is natuurlijk de reden waarom ik me kritiek van anderen aantrek: er is een stemmetje in me dat zegt dat er iets mis is met mensen die spiritueel bezig zijn.

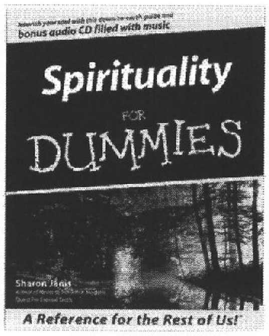
Toch interesseert het me steeds minder wat anderen van mijn zenbeoefening vinden. En als er eens iemand doorvraagt, raad ik dat zenboek aan. Ik waag me er niet meer aan.

Karin Kuipers









Daar zit ik mee

Tenkei Coppens Roshi

Heb je ook een vraag die je Tenkei Roshi wilt stellen? Dien hem in bij de redactie!
redactie@lotusvijver.net

Roshi,
Ik ben al geruime tijd met meditatie bezig en beschouw het als een belangrijk onderdeel van mijn leven. Mijn echtgenoot is heel tolerant, maar kan zich hier maar matig in vinden. Daardoor vind ik het moeilijk om mijn ervaringen met hem te delen en dat levert soms spanningen op tussen ons. Hoe zou ik hier het beste mee om kunnen gaan?

Maezumi Roshi heeft ooit eens gezegd: 'In the end, it is all about how to deal with externals.' Zenmeditatie kan ons leren hoe we met dit leven om kunnen gaan - met onszelf, met anderen, met de duizend en één situaties die zich gevraagd of ongevraagd aandienen. Sociale interactie is dan ook de actieve kant van meditatie. Het is het werkterrein waar we onze inzichten kunnen toetsen aan de werkelijkheid van alledag. Eigenlijk zijn er natuurlijk geen *externals*, maar zo voelt het wel vaak aan. En de grote koan is dan om ons te vereenzelvigen met de situatie waarin we ons bevinden en van daaruit te handelen. De eerste stap hierbij is om niet al te verbaasd te zijn over het feit dat er problemen zijn. Dit is *samsara*, het menselijk bedrijf waar nu eenmaal van alles mis kan gaan, en ook gaat. Het niet zo'n probleem vinden om een probleem te hebben is het begin van de oplossing. We verdoen dan geen tijd met overbodige weerstanden en gaan gewoon met goede moed aan de slag. Hier volgen een paar suggesties.

In de eerste plaats kost meditatie tijd. Dus je zou kunnen overwegen om samen af te spreken hoeveel uren per dag, of dagen per jaar, aan afzonderlijke voorkeursbezigheden (bijvoorbeeld hij de krant of de sportschool en jij zitten) besteed kan worden. Dat geeft meteen wat geestelijke ruimte, want pogingen om de ander te overtuigen van de waarde of noodzaak van meditatie werken meestal averechts. Ook kan het voorkomen dat we daardoor onbewust bevestiging vragen voor wat we doen van mensen die deze vanuit hun positie nu eenmaal niet kunnen geven. Het zou natuurlijk het beste zijn als je partner zelf kon zien dat meditatie je goed doet - dat je juist minder van anderen vraagt en meer te geven hebt. Of dat je er gewoon vrolijker van wordt omdat je jezelf wat minder serieus neemt. Mijn eigen ervaring heeft me geleerd dat hoe meer ik mezelf accepteer in wat ik doe, hoe gemakkelijker het ook voor anderen is om me daarin te accepteren. Verder kan het helpen om je partner met je leraar en de sangha kennis te laten maken. In Zen River komen regelmatig familieleden op bezoek voor feestelijke bijeenkomsten, speciale ceremonies of voor de familieweek in de zomer. Directe sociale contacten kunnen ervoor zorgen dat het trainingsprogramma van onnodige mystiek wordt ontdaan en daardoor als minder bedreigend wordt ervaren. Het komt ook voor dat familieleden dan geleidelijk hun eigen connectie met het centrum aangaan, nieuwe ideeën aandragen of vruchtbare feedback geven over ons functioneren. Eigenlijk sta ik ervan te kijken hoeveel de Dharma te danken heeft aan dat soort onverwachte bodhisattva's.

Tenkei

FOK JOU, BLIJF ME TROUW

Mijn lief doet niet aan zen. Nooit gedaan, niks voor haar. Wel geprobeerd op een open dag, maar na een uurtje zitten was het genoeg. Spontaan bewegen is haar wezen. Bezinning doet ze anders.

Wel vindt ze het erg goed voor mij – haar sombere idioot - dat ik mediteer, en ze is zeer geïnteresseerd in mijn belevenissen en bevindingen. Na een sesshin mag ik die uitgebreid vertellen, maar niet dan nadat ze eerst heeft kunnen afreageren. 'Ik heb je gemist!' 'Ik stond er weer alleen voor!' 'Wanneer gaan wij nu samen wat doen?'
Wat ik vertel hoor ik soms terug als wapenfeiten. 'Hij heeft wel … koans opgelost!' Dat is minder.

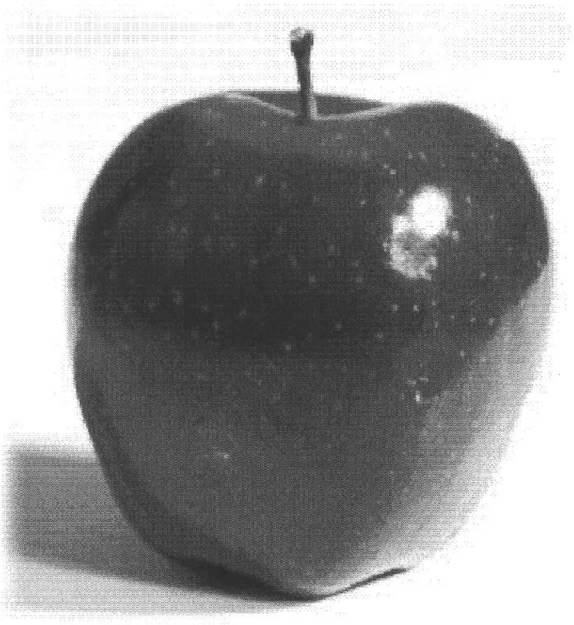
Vroeger, toen ik soms dacht 'het' nu echt begrepen te hebben en haar streng toesprak als ze dat niet direct vatte, verzette ze zich soms heftig tegen mijn arrogantie. Dan was het spreekuur na een sesshin snel over. Maar sinds ik nergens meer iets van begrijp en dus niet meer verkondig, is haar weerstand kleiner.

Wat blijft is de jaloezie. Alsof ik veel tijd besteed aan een al te goede vriendin. 'Je gaat zo vaak naar je meester, wil je niet eigenlijk het liefst bij hem gaan wonen?' Het antwoord is nee, maar hoe maak je dat duidelijk aan een jaloerse echtgenote? Ik heb haar – naast die meester - benoemd tot meesteres. Ik leer namelijk veel van haar. Wat zoal? Op haar kamer hangt het volgende gedicht. Daar staat haar taakomschrijving.

O, ik weet het niet,
Maar besta, wees mooi.
Zeg: kijk, een vogel
en leer me de vogel zien.
Zeg: het leven is een brood
om in te bijten en de appels zien rood
van plezier, en nog, en nog, zeg iets.
Leer me huilen, en als ik huil
leer me zeggen: het is niets.

H. de Coninck, *De gedichten I*, Amsterdam/ Antwerpen, de Arbeiderspers, 1998

Jelle Seidel



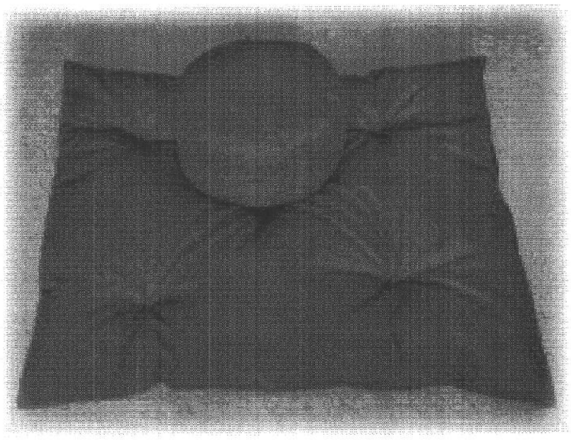
Fok jou, fok mij

Een beetje vreemd misschien, maar voor mij is ze vrouwelijk. Ik ken haar een jaar of zes. Ze voelt me aan en luistert vooral. Dat zie je niet vaak, meestal staan mensen al snel met hun mening klaar. Ik niet anders; jullie kennen me. Sinds een paar weken ontmoeten we elkaar vaker, altijd bij mij thuis. Wij hebben onze ritueeltjes, zij en ik. Hoewel we heel vertrouwd zijn met elkaar, weet ze niet dat ik dit schrijf. Dat is mijn gêne, gek eigenlijk. Maar ze kán het ook niet weten.

De 'lol', als je dat zo kunt noemen, is er wel vanaf. Ik begin zelfs een hekel aan haar te krijgen, want ze is wispelturig. Ze wekt illusies, verdraait, liegt en zwijgt uren achtereen. Op haar 'Kijk naar je eige' zit ik niet te wachten. Ronduit slaapverwekkend is ze soms. Ik word doodmoe van haar, krijg zelfs pijn in mijn rug en slapende voeten. Toch blijf ik haar ontmoeten, zelfs al voel ik me soms wat minder. Of ze dat waardeert? Ho maar.

Dat zwarte plompe kreng! *Mijn kussen begrijpt me niet: fok mij!*

Kees Moerbeek



VORM&LEEGTE
BOEDDHISME MENS SAMENLEVING

'Verlichting is onmiddellijk – waarom wachten op grijs haar?'
Bodhidharma

Ieder kwartaal boordevol informatie over actuele ontwikkelingen en achtergronden uit de inspirerende wereld van het boeddhisme.

Neem nu een proefabonnement

4 nummers voor slechts € 20

bel 040-282 00 22 of e-mail info@vormenleegte.nl
of kijk op **www.vormenleegte.nl**

Abonnementen per jaar € 24,50 voor Nederland en België; buitenland € 32,-

ALS DE KAT VAN HUIS IS

DIRK DOET PARIJS

Ik zou van wel erg van mijn gewoonte afwijken om tijdens een vakantie in Parijs het Dana Centrum van Genno Roshi niet te bezoeken. Bijna alle Kanzeon Sangha broedplaatsen ter wereld zijn inmiddels door mij bezocht en beschreven. Dus laat ik de mooie mogelijkheid niet aan mij voorbijgaan. Metrolijn 9 voert mij en Marianne tot diep in het *banlieu Montreuil*. Na alle voor massaconsumptie opgepoetste schoonheid langs de Seine, is de lelijkheid van deze buitenwijk een verademing. Hier ligt het zwerfvuil nog ongeschonden in de goot. Dit is het. Trieste naoorlogse woonkazernes, armoedig geklede inwoners, slordig geparkeerde autobrikken, een afzichtelijke kantoorkubus; kortom grootstedelijke ellende. We dwalen wat rond door de straten op zoek naar een tentje waar we kunnen eten. Het is pas vijf uur en de meditaties in het Dana Centrum zijn elke dag van acht tot tien uur 's avonds.

De ontmoeting

Dan plotseling kijkt een man achter een wandelwagentje me indringend aan. Ik ontwijk zijn blik; er dreigt gevaar. We lopen kalmpjes verder. De man haalt me in. Hij vraagt op veilige afstand: 'Are you Dirk?' Op de koan 'Wie ben ik?' heb ik nooit een deugdelijk antwoord op kunnen presenteren, maar als iemand mij vraagt of ik Dirk ben, heb ik het antwoord onmiddellijk present. Verrassing. Als ik wat beter kijk herken ik Shaun, de man van Sandra Knox. Ik ken het stel van de Tiltenberg en van zenzondagen in Hoorn. 'Shoun!' roep ik uit. Ik omhels hem hartelijk. Voor Marianne behoeft deze ontmoeting enige uitleg. Hij nodigt ons uit voor een kopje thee in zijn woning. Onderweg praten we honderduit. Tot we de flat waar hij, Sandra en hun tweejarige peuter een klein appartement bewonen. Ze blijken studenten van Genno Roshi, net als Willem en Myriam, die ik straks hoop te ontmoeten.
'We don't practice so much. The baby keeps us busy and life in Paris is expensive, so we have to work as teachers in English.' 'Wallstreet English?' vraagt Marianne, doelend op advertenties voor zo'n studie, die in de metro te zien zijn. We lachen enigszins besmuikt.

De ontvangst

Na een vlugge hap bij een afhaalchinees komen we na enig zoeken op de *Avenue Pasteur* bij een mooi oud huis, waar het Franse zencentrum gevestigd is. Na drie keer bellen wordt er open gedaan door een dame die ons wantrouwend bekijkt. Ik weet niet hoe vriendelijk ik moet zijn om haar gerust te stellen. 'Je m'appelle Dirk, un ami de Willem et Myriam. Nous sommes venus des Pays-Bas. Je voudrais pratiquer le zazen ici ce soir.' Al snel blijkt dat Willem en Myriam, en ook Genno Roshi niet aanwezig zijn. 'Ils sont partis à Salt Lake City pour une céremonie de jukai de Michel,' zegt de dame. We mogen wachten in de donkere hal. Mooie ontvangst, denk ik teleurgesteld. Alles zelf onderzoeken, vertrouwen, twijfelen, verlichting. Een waarheid als een koe, ook al grazen die niet in de schitterende lentetuin, die we ontdekken. Achter het pand een klein paradijs. *Kensho*, het Zuivere Land. Het is even genieten na de troosteloosheid van de voorstad Montreuil en de krenterige ontvangst.

Michel en het zitten

Als het half acht is stormt Michel Dubois binnen. Michel? Die zou toch ook in Utah zitten? In de zen ben ik gewend er niets van te snappen, dus kost zijn mysterieuze aanwezigheid me weinig moeite. Ook hier weer een korte begroeting; het is net of hij me niet meer kent, terwijl ik toch honderd keer eerder om hem heb mogen glimlachen. Nog steeds even gek als altijd. 'Où est le zendo? Je voudrais pratiquer le zazen,' vraag ik Michel. Op zijn aanwijzingen stommel ik naar de tweede etage, waar zich inderdaad een mooie zolderzendo bevindt. Marianne blijft beneden. Een verstandige meid; ze heeft zich nooit met zen ingelaten. Ik ga alvast zitten.

Acht uur precies komt de stroeve Française de zendo binnen, gaat zonder te buigen zitten en slaat op de gong alsof ze door de duivel op de hielen wordt gezeten. Hmm, denk ik, met zijn tweeën? Ik leg me neer bij het lijden op deze aarde en speciaal op deze woensdagavond in het Dana centrum te Parijs. Na vijf minuten komt er nog iemand binnen. En na tien minuten wandelt zelfs Michel Dubois naar zijn kussentje. Het wordt nog druk. Alle begin is moeilijk, denk ik en ik richt mijn aandacht op het uitademen en op de dragende kracht in de buik. *Hara Krishna.*

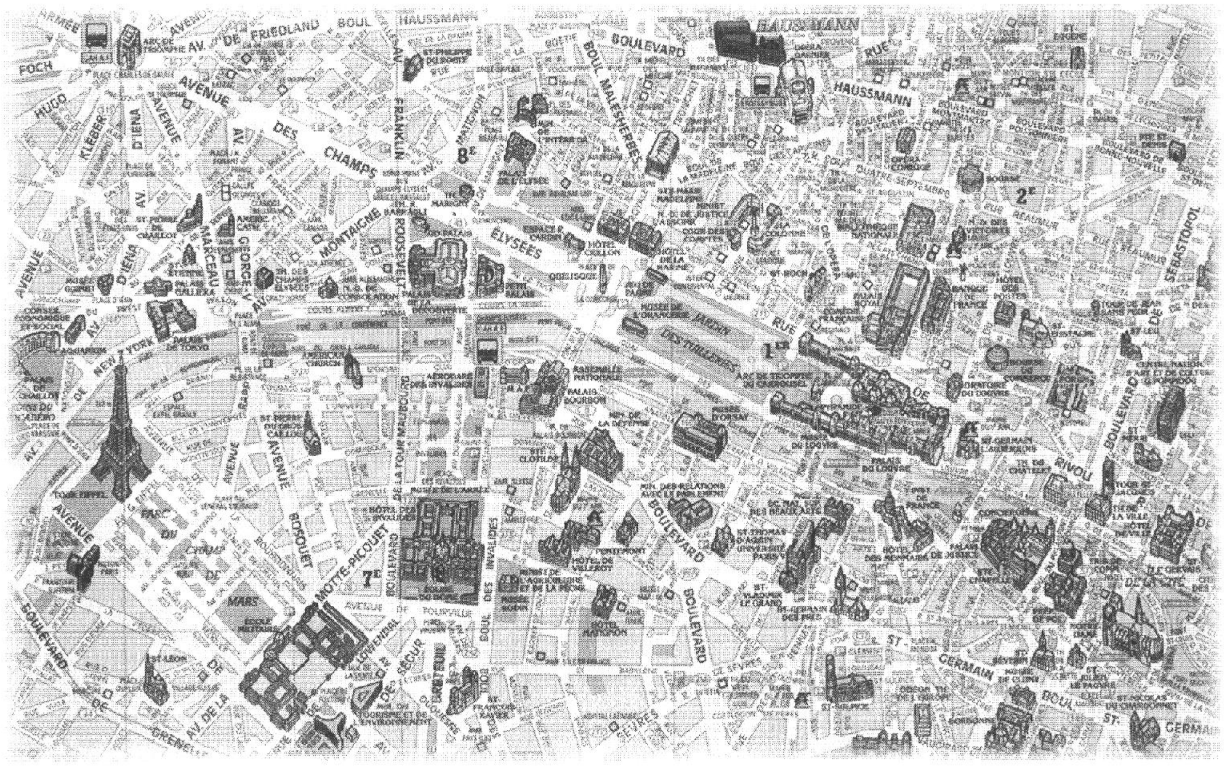
Na 25 minuten klinkt de gong en sta ik op in de veronderstelling dat met loopmeditatie wordt begonnen. Als de kat van huis is, zul je bedoelen. Michel verordineert in stilte, we maken drie diepe buigingen en men verlaat de zendo. Ik verbaas me nu nergens meer over, ga de trappen af en vraag de afstandelijke Française vriendelijk waar het danapotje staat. Ze weet het niet. Ik frommel een bankbiljet in haar handen, dat ze verbaasd aanneemt. 'Bon soir, madame.'

Zenidealen

Ik hoop de volgende keer – in 2007, wanneer daar de zenloop vanuit Zen River eindigt - op een andere ontvangst, ook al weet ik dat je niets moet en mag verwachten, geen illusie moet koesteren, alle hoop moet laten varen. Het bezoek in mei 2006 heeft mij sterker overtuigd van dat zenideaal.

Gassho.

Dirk Beemster



ZUSTER CLIVIA IN DE PYRENEEËN

In L´Alta Garrotxa, een beschermd natuurgebied in de Pyreneeën, circa 50 km van Figueres, wonen en werken sinds vorig jaar november twee sanghaleden van Kanzeon Zencentrum Amsterdam. Op het landgoed Les Gavatxes wordt met vereende kracht gewerkt om een zendo en rusthuis te realiseren. La Garrotxa betekent zoiets als 'onherbergzaam land' met als gevolg een 'hard bestaan' voor de bewoners van dat land.

Les Gavatxes is een scheldwoord voor de mensen die ten noorden van Catalonië afkomstig zijn. Kortom, de twee Amsterdammers kiezen als noorderlingen geen voor de hand liggende en eenvoudige weg om hun leven en daarmee hun zenpraktijk vorm te geven. Aan de andere kant is het zó eenvoudig: Handen uit de mouwen steken en je niet afvragen wat er moet gebeuren maar doen wat gedaan moet worden.

Kshanti luidt de naam voor de zendo en het rusthuis. De zendo biedt gelegenheid om samen met de bewoners en hopelijk in de toekomst met mensen uit de buurt te zitten. Daarnaast zullen leraren uitgenodigd worden om de Dharma over te dragen en meditatieprogramma's te verzorgen, al dan niet in combinatie met andere activiteiten. Het aantal mensen dat voorlopig ontvangen kan worden is beperkt, circa 12 tot 15 personen.

Het rusthuis zal uit vijf appartementen bestaan en aan 8 tot 10 mensen plaats bieden, waarbij eventuele verzorging kan worden ingehuurd; en ouderwets woord met een hoog 'zuster Clivia gehalte' voor wie zich het televisieprogramma *Ja zuster, nee zuster* nog herinnert, maar het dekt precies waar het de bewoners om te doen is. Een plek waar je kunt herstellen van bovenmatige inspanning of ziekte, om tot jezelf te komen en geïnspireerd te worden door stilte, de natuur en door met anderen te mediteren, te werken en samen te leven. Inmiddels is één appartement gerealiseerd dat tijdelijk onderdak biedt aan de huidige bewoners, tot hun woonhuis gereed is. Volgend voorjaar zullen de twee volgende appartementen gebouwd zijn, alsook de zendo.

Afgelopen zomer heeft de eerste, tweeweekse werk-zenretraite plaatsgevonden onder leiding van Lida Kerssies. Tien enthousiaste mensen hebben deelgenomen, onder het motto 'Zonder pioniers geen volgers!'

(Voor meer info: *woeled@yahoo.es*)

Corrie Koppedraijer
(samen met Leo de Wolf pionier uit Amsterdam, red.)

PERSBERICHT
HET KANZEONPAD

Een voetpad tussen de Zen River tempel (Uithuizen, NL) en het Dana Centrum in Parijs, dat het Kanzeonpad genoemd gaat worden, zou het boeddhistische alternatief kunnen worden voor de vele christelijke pelgrimspaden in Europa. In Japan worden talloze boeddhistische tempels, kloosters en heilige plaatsen verbonden door honderden paden. Het lopen van zo'n pad is een belangrijke praktijk voor volgelingen van de Weg. Hier in Europa gaat die mogelijkheid ook geschapen worden. De Hongaarse Nobelprijswinnaar voor literatuur György Konrád zegt in zijn boek Amsterdam, 'De wandeling neemt de plaats in van de lotushouding, op deze manier heb ik de oosterse praktijk om tot rust te komen een Europese draai gegeven.' Dirk Horai Beemster, de organisator en gids van de pelgrimage laat zich inspireren door de Vietnames zenleraar Thich Nhat Hanh.

In de zomer van 2007 zal een groep rugzaklopers de 1100 kilometers tussen de beide centra wandelend in ongeveer 45 dagen overbruggen. Het Kanzeonpad is een mengeling van bestaande routes (Pieterpad, Via Mosana, GR564 en GR1) en nieuwe paden uitgezocht door Beemster. Tijdens de pelgrimstocht zullen vele boeddhistische tempels en meditatiecentra worden bezocht. (Maha Karuna in Groningen, de Noorder Poort in Wapserveen, klooster de Slangenburg in Doetinchem, Zendo Maastricht, Tibetaans klooster in Huy, enzovoort.)

Tenkei Coppens Roshi, de abt van Zen River zal aan het einde van de zomerretraite na een korte ceremonie bij het beeldje van bodhisattva Jizo, de patroon van de wandelaars het startschot geven, Genno Pagès Roshi, de lerares van het Dana Centrum zal hen in de eerste dagen van september in Parijs verwelkomen.

De lange-afstands-kinhin zal een strikt meditatief karakter hebben door het lopen en eten in stilte, zitmeditatie 's ochtends en 's avonds en het reciteren van *soetras* en *dharanis*.

In zijn boek *Zonsverduistering* zegt de eerder genoemde Konrád over pelgrimages, 'De tactvolle pelgrim houdt rekening met de mogelijkheid dat de dialoog met de heilige van begin tot eind eenzijdig is. Het is denkbaar dat hij zijn leven lang praat tegen iemand die niet bestaat. Ook als er geen antwoord komt, als de heilige zich niet vertoont, dan is het nog niet erg dat hij het woord tot hem gericht had, tot hem, die het unieke en eeuwige hier en nu is.'

opgave: *info@lopeninstilte.nl*
informatie *www.lopeninstilte.nl*

ALLERWEGEN BLIJDSCHAP

***Een wereld in crisis* van J. Krishnamurti en *Aquarius Nu!* van Marilyn Ferguson en *Wakker worden met Boeddha* van Frans Goetghebeur, zijn deze boeken op één lijn te plaatsen met de *Blijdschapper*, een Bommelverhaal uit 1970? Zien we dat goed of verkeerd? Maarten Toonder, die geen spiritueel leider is als je begrijpt wat ik bedoel, gaat dieper dan je denkt.**

J. Krishnamurti's *Wereld in crisis* is een serie *talks* uit de jaren zeventig en tachtig. Ze gaan over ‘ontwaken’. Ontwaken betekent voor JK een geest vrij van conditionering. Onze opdracht is ‘te zien dat u als mens vrij bent van uw conditionering, alleen staat en daarom integer, oprecht en rechtschapen leeft.’ Omdat de geest angstig is en veiligheid zoekt, raakt hij gehecht aan ideeën, conclusies, dogma's, relaties, mensen en bezittingen. Als een aap springt de geest telkens van de ene (nieuwe) ‘illusie’ naar de ander: druk, druk, druk. JK: ‘U dient daarom inzicht te krijgen in die angst en dat is veel belangrijker dan inzicht in gehechtheid. Wanneer u dat inzicht heeft, verdwijnt gehechtheid totaal en ontstaat de kwaliteit van een geest die het heeft begrepen, zich bewust is en inzicht heeft in het gehele proces van gehechtheid. Dat is liefde’

Totaal handelen

Hoe kom je tot inzicht? Door observatie. JK: ‘Hij (de geest) is als een wetenschapper: als hij wil onderzoeken kijkt hij. Hij begint niet met een conclusie – dan is hij geen wetenschapper. Dus ergens achter komen, betekent vrij zijn van elke conclusie. Dan is de geest helder, fris. En als je van daaruit te werk gaat, is er dan hoegenaamd een onderzoeker? Dan is er alleen maar *observatie*, geen onderzoek. Daarom is een dergelijke geest niet verdeeld en alleen dan is hij in staat om te observeren. Observeren betekent dat je inzicht hebt zonder conclusie, en bijgevolg continu inzicht. Dus is de geest vrij om te observeren en bijgevolg vrij om totaal te handelen.’

Staat van genade

‘Onze samenleving moet opnieuw worden gemaakt, niet eenvoudigweg gerepareerd’, schreef Marilyn Ferguson in *De Aquarius Samenzwering*. Dat was 25 jaar geleden. In *Aquarius Nu!* onderzoekt ze hoe de transformatie tot stand kan komen. Haar boek is een vergaarbak van citaten die aannemelijk moeten maken dat het aankomt op ‘gezond verstand’: ‘een voortdurend onderzoekende houding’. Waar Krishnamurti het heeft het over ‘ontwaken’, snijdt Ferguson het onderwerp ‘flow’ aan. MF: “Vroeger heette het ‘de staat van genade’. Tijd en zelfbewustzijn lijken er even niet meer te zijn, hindernissen verdwijnen als bij toverslag, oude grenzen worden overschreden, de details lijken zichzelf te regelen. Je hebt directe toegang tot je geheugen en elk doel lijkt makkelijk bereikbaar te zijn. De meeste mensen hebben de genade wel ervaren, een paar uur lang of een hele dag waarin alles samenvloeit, elke boodschap vrucht draagt en ‘de kracht’ met ons is. En dan verdwijnt ze op even mysterieuze wijze als ze kwam en we zijn weer in de wereld van de vlagen, de gijzelaars van onze normale toestand – verteerd door vage spijt en zorgen.” Zou dat wat ze beschrijft ‘verlichting’ kunnen zijn? Hoe kunnen we die staat bereiken? Door vertrouwen, niet stevig vasthouden aan een intentie, een speelse geest en in het heden te zijn. En voegt FM toe: 'Als we eraan denken regelmatig onze intuïtie te bevragen, kunnen we een nieuwe gewoonte scheppen – de gewoonte van wakker blijven. Stukje bij beetje trainen we onze hersenen.'

Gewoon mensenwerk!

Frans Goetghebeur gebruikt klare taal in *Wakker worden met Boeddha.* 'Het is allemaal niet zo complex. We hebben in ons bewustzijn altijd die twee kanten: naast afkeer in al zijn vormen de liefde, naast hoogmoed de gelijkmoedigheid, naast bezitterigheid de tevredenheid, naast jaloezie de vreugde die je voelt over wat een ander voor elkaar krijgt.' Hoewel we streven naar geluk, kiezen we toch vaak voor de eerste reeks die veel ellende veroorzaakt. 'Hoe komt dat?', vraagt Goetgehebeur zich af. 'Omdat we nu net die gewoontes hebben aangenomen en niet de gewoontes uit de tweede reeks. Dat opmerken is al een aanzet tot het streven naar beter inzicht in onszelf en onze relaties met anderen. Dat is nu precies wat met spiritualiteit ook bedoeld wordt. 'Be the change you want to see in the world,' heeft Ghandi gezegd. Het komt er gewoon op aan het te doen.' Gewoon mensenwerk dus!

De Blijdschapper

Cornelis Zwadder is *de Blijdschapper* in het gelijknamige Bommelverhaal uit 1970. O.B. Bommel had hem opgeroepen met een toverformule uit *Spiritus pluribus.* Hocus Pas van wie hij het boekje kocht, prees het aan als één uit een ruime sortering over 'positief denken en andere magische wetenschappen.' Verschil met Krishnamurti: Marten Toonder heeft het over 'tevredenheid' in relatie tot stoffelijke zaken. JK legt een relatie met het geestelijke, met 'ontwaken'.

De blijdschapper noemt zich iemand die 'een beetje geluk wil brengen in deze sombere tijden waarin alleen maar aan stoffelijk welzijn gedacht wordt.' Een geestverwant van heer Olivier, maar Tom Poes vermoedt dat hij de *Zwarte Zwadderneel* is. En Poes heeft gelijk. Zwadder vertelt hem openhartig: 'Het is een bijnaam uit mijn jeugd, die mij veel verdriet bezorgt. Ach, vroeger meende ik er goed aan te doen om berouw en verslagenheid te verspreiden. Maar ik heb ingezien, dat de aarde tot een tranendal werd, en ik heb mij bekeerd voordat het te laat was!' Op Cornelis rust een vloek; hij moet geluk brengen om zich daarvan te verlossen.

Voosheid

Hoe breng je een 'zonnetje onder de mensen'? Zwadder beproeft allerlei methodes, waarvan Bommel getuige is. Methode één is het brengen van ongeluk. Iemand die in een ongelukkige situatie verkeert, gaat namelijk beseffen wat geluk is. De tweede methode is het brengen van nóg meer welvaart. Mensen gaan daardoor begrijpen hoe voos welvaart is en beseffen wat geluk werkelijk inhoudt. De derde methode: 'na lijden komt verblijden'. Je pakt iemand alles af en geeft het hem weer terug. Ook het gebruik van heilzame pillen waardoor iemand de persoon wordt die hij graag wil zijn is een beproefde methode. De vierde dus. Luttele momenten lijken de pillen Zwadder te verlossen. Voor Bommel is de uitwerking desastreus.

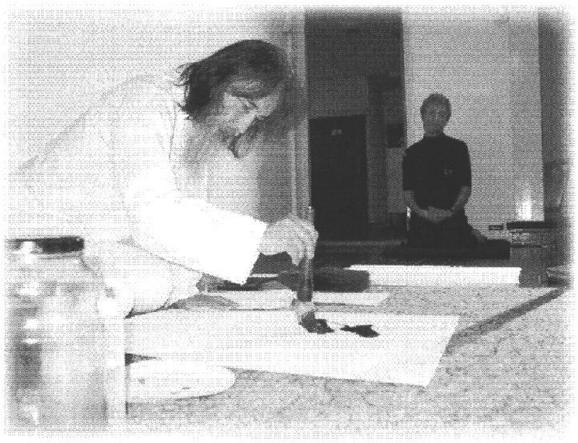
Zwadders ultieme methode: een zondvloed. Hij zegt: 'Laten wij denken aan de zegeningen van dit hemelwater, dat reinigend langs de wegen en over de landerijen trekt, en dat grote vreugde zal geven als het weer wegtrekt.' 'Allerwegen blijdschap en verlustiging.' Tom Poes spelbreker. Hij verbreekt Bommels betovering. De gemankeerde heilbrenger verlaat Rommeldam en omstreken, nog steeds niet verlost van zijn vloek.
Ziehier de diepgang van Maarten Toonder.
Wordt vervolgd.

Kees Moerbeek

Bibiliografie:
M. Ferguson, *Aquarius Nu*, Ankh-Hermes, Deventer, 2006
F. Goetghebeur, *Wakker worden met de Boeddha*, Ten Have, Kampen, 2006
J. Krishnamurti, *Een wereld in crisis*, Ankh-Hermes, Deventer, 2006
M. Toonder, *Daar zit iets in, het beste van Bommel 5,* De Bezige Bij, Amsterdam, 2006

HEALING WITH THE BRUSH

Op vrijdag 18 augustus arriveren ongeveer 45 mensen uit diverse landen voor de workshop *Healing with the brush* in Zen River. Ze zijn allemaal erg benieuwd naar wat ze gaan beleven. We maken kennis met Kazuaki Tanahashi Sensei, ook wel Kaz genoemd. Deze van origine Japanner is een tijd geleden in Amerika neergestreken, waar hij nu woont en werkt. Naast schilder en leraar is Kazuaki Tanahashi ook milieuactivist.



Kazuaki Tanahashi en organisatrice Frederike

Terug naar Zen River. In de yogaruimte die nu *Dojo* wordt genoemd, staan meer dan 15 tafels met een speciale kwast, papier en inkt klaar. Alles is met veel aandacht en oog voor detail neergezet. Na een snelle kennismaking gaan we eten. Dan, het is inmiddels avond, gaan we aan het werk. Kaz laat ons zien hoe je de kwast het beste kan vasthouden, wat de ideale houding is en hoe je aan je werktafel moet zitten. Met nadruk zegt hij dat je een lach op je gezicht moet hebben. 'Are you smiling?' Kaz zegt dat je elke streek, goed of fout, moet omarmen met je glimlach. Het gemak waarmee hij zelf de karakters met een of meer streken weet neer te zetten, doet iedereen in de Dojo van bewondering zuchten. Aan de hand van een aantal basisbegrippen als: *inner state / outer state* neemt hij ons mee. Hij gebruikt daarbij ook de concretere thema's *Carefree, Mindful, Emotional, Fully Present.* Wij moeten een van de begrippen kiezen om dit vervolgens met de kwast in zo mogelijk één beweging uit te beelden naar ons eigen idee. Dat doen we daarna ook met de begrippen *Shape, Time, Space.* Het werken met de kwast is een onderzoek op zich. Soms lijkt het allemaal vanzelf te gaan. Dan maakt een druppelende kwast je pijnlijk bewust van waar je mee bezig bent. Het ademen en het zetten van de streken van boven naar beneden is een zoeken naar een delicate balans. Het doet aan als een meditatieve dans op papier.

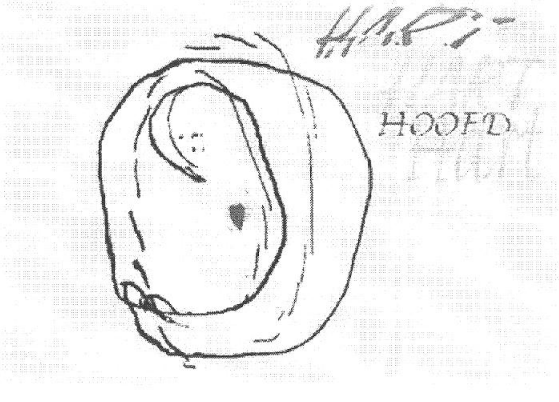
Tenkei Roshi kalligrafeert

De twee dagen vliegen om. Iedereen is ingetogen aan het werk. Kazuaki neemt ons soms letterlijk bij de hand. Dan maakt hij het teken samen met ons. Dan voel je dat je 'los' moest laten en absoluut niet moet schilderen. Zo word je je bewust van de ingewikkelde techniek die achter de ogenschijnlijk zo makkelijk neergezette karakters en vrije vormen steekt. Zaterdag oefenen, 's avonds draagt hij gedichten voor uit eigen werk. Ze zijn gericht tegen de oorlog en pleiten voor vrede. Hij kalligrafeert ruim 15 werken die nog diezelfde avond worden geveild. Binnen een kwartier zijn ze weg, de opbrengst komt ten goede aan Zen River. Zondag mogen wij ons uitleven met grotere kwasten en grotere vellen papier. Het was een fantastisch weekend!

Kazuaki Tanahasi website:

http://www.brushmind.net/
http://www.songwritingworks.org/ip/
http://www.brushmind.net/publications.html

Pauline Hunfeld (Saigen)



Zen hoofd met je hart - Pauline Hunfeld (Saigen)

Kanzeon Zen Center International (Salt Lake City, USA)

Dennis Genpo Merzel Roshi
Daniel Doen Silberberg Sensei
www.zencenterutah.org, +1 801 328 8414

Zen Centra in de Kanzeon traditie (Europa):

Dana Sangha (Montreuil, Frankrijk)
Catherine Genno Pagès Roshi
Amy Hollowell Sensei
www.danasangha.org, +33 1 49 88 91 65

Zen River (Uithuizen, Nederland)
Anton Tenkei Coppens Roshi
www.zenriver.nl, +31 (0) 595-435039

Polska Sanga Kanzeon (Warschau, Polen)
Małgosia Jiho Braunek Sensei
www.kanzeon.pl, +48 22 427887

Zen Centrum Amsterdam (Nederland)
Nico Sojun Tydeman Sensei
www.zenamsterdam.nl, +31 (0) 20-6278056

Lokale Kanzeon Centra (Nederland):

Apeldoorn: Christiaan Kruijff, 055-5417251

Breda & Den Bosch: Stefan Coppens, 073-6427009
members.home.nl/cobe

Den Haag: Kees van de Bunt, 070-3504601
www.kanzeon.nl

Enschede: Toon Fugers, 074-2434551
browse.to/zen

Groningen: Irène Bakker, 050-3140069
www.zenspirit.nl

Hoorn: Dirk Beemster, 0229-217855
www.lopeninstilte.nl, dirkbeemster@quicknet.nl

Rotterdam: Gretha Aerts, Nico Tydeman, 078-6317606
www.zenrotterdam.nl

Zutphen: Hans Fischer, 0575-546647
hansfischer@planet.nl

Lokale Dana Centra (Nederland / België):

Den Haag: Helen Pelder, 070-3604305

België (groepen in Antwerpen, Brugge en Gent), begeleid door Frank de Waele Sensei.
www.zensanga.be, 0032 497 671198 (Marnix Vermaercke)

Als je een boeddha ziet: schiet!

Heb jij een Boeddha gespot? Maak een digitale foto (desnoods met je telefoon?) en mail hem naar de redactie van de Lotusvijver. Schrijf je er ook een pakkend tekstje bij over waar je hem trof en wat je opviel?

Boeddha's in het straatbeeld

Tussen de lampen en de tuinmeubelen, verborgen achter zoveel procent korting, staat een Boeddha. Een tag om de hals van het beeld geeft aan voor welke prijs hij weg mag. Het hout van de tafel is geduldig. Een klein jongetje met 25 euro in zijn hand wijst ernaar, zijn ijsje lekt.
De verkoper snelt toe. 'Wat kost-ie,' smakt het knaapje. 'Honderd euro,' antwoordt de verkoper monter. Het knaapje knikt en glijdt plagerig met zijn plakkerige hand over het hoofd van de Boeddha. De verkoper verbleekt en weet niet wat te doen. Ineens staat de baas van de winkel, een grote man, naast het knaapje en spuit woedend het hoofd van de Boeddha vol met schoonmaakmiddel. 't Jochie schiet achteruit en roept verschrikt in plat Haags: 'Kijk uit, joh, gek. Mijn ijssie!'

Een verwarrend beeld, vind ik.

Pauline Hunfeld (Saigen)